Gerçeğin Dirilişine Kapı

# HİPNOZ

## 2. Cilt

Dr. Tahir Özakkaş
Hipnoterapist

1. Baskı

ÖZAK YAYINEVİ
1995-KAYSERİ

**Özak Yayınları No:16**
**İlmi Seri No:7**
**Birinci Baskı:Ocak 1995**
**Kapak Kompozisyonu: Dr. Fatma Akkurt**
**Resim Seçimi: Dr. Tahir Özakkaş**
**Dizgi:Özak Dizgi Tesisleri Kayseri**
**Film,Pikaj,Montaj: Ahmet Fahir Özakkaş**
**Tashih:Mehmet Mahir Özakkaş**

**© : Bu kitabın aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü ve bu kitapta bulunan orjinal resimler yazarının yazılı izni alınmadan iktibas edilemez.**

**ISBN: 975 - 7901 - 03 - 2**

**Özak Yayınevi: Serçeönü Mah. Bor Sok. No:15**
**KAYSERİ**

**Tel:0-352-2326951**
**0-352-2312387**(Faks)
**0-352-3201212**

Baskı, Cilt::
Bayrak Yayımcılık-Matbaacılık San. ve Tic. Ltd. Şti.
Tel.: 638 40 88 - 638 42 02 - 03 Fax.: 638 42 04
İstanbul - Ocak / 1995

İstanbul'dan Prof. Dr. Ayhan Songar,

# TAKDİM

Hekimliğin hasta tedavisi için elde mevcut çareleri iflas ettiği zaman insanlar **"alternatif tıp"** dediğimiz ve birçok çevrelerce **tıp dışı** sayılan, ilmi değeri olmadığı iddia edilen yollara başvururlar. Çeşitli psikoterapi uygulamaları, musiki ile tedavi, akupunktur, birtakım şifa verici nebatlarla tedavi, dua, okuma, muskalar, yoga, v.s gibi sayısız "alternatif tıp" metodları arasında **hipnoterapi** de yer almaktadır. Ancak, böyle bir tasnifin daha baştan içine düştüğü hata " neyin asıl ve neyin alternatif " olduğunun tesbitinde elde mevcut zannedilen kriterlerden kaynaklanmaktadır. **İbni-i Sina'** dan beri tatbik edilegelen psikoterapi'yi **Freud** 'un gerçek bir ilmi zemine oturttuğu zannedilmişse de, o dahi önce kendi talebeleri etrafında tenkid ve reddedilmiş, aradan geçen zaman içinde beyin anatomi, fizyoloji ve biyokimyasında vardığımız merhale birçok psikoterapi metodlarının tıp dışına çıkarılmasına sebep olmuştur. Bugün **Sigmund Freud** 'un anavatanı **Viyana**'da "Psikanaliz" tıp dışı sayılabilmektedir. Zannederim ifrat ve tefrite kaçmadan hadiselerin soğukkanlılıkla tekrar ele alınması ve değerlendirilmesi zamanı gelmiştir. Nitekim Çinlinin bundan ikibin sene evvel parmakları ile yoklayarak tesbit ettiği akupunktur noktaları ve

haritaları bugün modern elektronik cihazlarla doğrulanıyorsa ve bu tedavi bir çok ciddi müessese de kabule mazhar oluyorsa, meselenin bir gerçek, hem de çok gerçek tarafı var demektir. Orta Asya'daki atalarımızın "Şaman rit'leri"nde tatbik ettikleri musiki ile tedavi bugün yapılan araştırmalarla psikiyatri kliniklerinden ameliyathanelere kadar uygulama sahası bulabilmektedir. Unutmayalım ki gerçekler kendilerine arkamızı dönmekle ortadan kaybolmazlar.

Birzamanlar **Dr. Hüsnü Öztürk** isimli bir cerrah ağabeyimiz vardı, **"Bilinçli hipnoz"** dediği bir metodla hastalarını uyutmadan hipnotik aneljeziye sokup ameliyat ederdi. Bu usulle mide ameliyatı bile yapıyor ve ameliyat sırasında kendisiyle konuşan hasta en ufak bir ağrı duymadığı gibi ameliyat masasını da yürüyerek terkediyordu. O sıralarda bir tıp öğrencisi bana bu meseleyi sordu. Delikanlının kanaatine göre bu iş tamamen bir şarlatanlık ve göz boyacılığı idi. ona "Bak evladım, ben sana daha enteresanını söyleyeyim. Cerrahi kliniklerine git ve ameliyathanelere gir. Orada hastalara birşey koklatıyorlar veya damarlarına bir mayi şırınga ediyorlar. Hasta hemen uyuyor da ameliyatta hiç acı duymuyor" dedim. Çocuk şaşırdı, "ama efendim, o narkoz" diye cevap verdi. Benim cevam "ya öteki ne?" olmuştu. Bunlardan birisi istatistik bakımdan daha çoğunlukta ve derslerde daima öğretilmekte, diğeri o kadar geniş uygulama sahasına sahip değil ve genellikle araştırılmadan reddedilmiş. İki metoda karşı farklı tavır alma tamamen bundan kaynaklanmaktadır. Santral tesiri daha fazla olan Novokain'in neden periferik sinirlerde analjezi yaptığını akla yakın bir şekilde izah kabilmidir? Ve, niçin uçucu anestetikler narkotik analjezi yaparlar?... Psikiyatriden önce fizyoloji eğitimi görmüş bir kişi olarak bu suali sorarken muhatablarımın birtakım basmakalıp cevaplardan kaçmalarını özellikle rica ederim.

Rahmetli **Hüsnü Öztürk** dostumuz "bilinçli hipnoz" dan söz ediyordu. Evvela **"bilinç"** deyiminin **"şuur"** demek olmadığını, "şuur"un içinde **"bilmek"** le beraber **"haberdar olmak" ve "haberdar olduğundan haberdar olmak"** gibi yüksek seviyeli psişik fonksiyonların da bulunduğunu kaydedelim. Eğer bu tarif içinde bir hasta şuur kaybı olmaksızın hipnotik analjeziye sokuluyorsa onun ağrı

duygusunun şuurlandırılmasına bir kısıtlama, bir engelleme getiriliyor, bu sahada bir "blokaj" yapılıyor demektir. Bunun nasıl olduğunu analayabilmek için ise "ağrı" impulslarının nasıl "şuurlandığını" tarif etmemiz gerekir. Bunun ne derece mümkün olduğunu konu ile meşgul olan bilim adamlarının insafına bırakırım

Merhum dostumuz **Pro. Dr. Recep Doksat** hipnoz konusunu az çok ilmi bir çerçeve içinde ilk defa ele alanlardan biri idi. Kendisi aynı zamanda "parapsikoloji" ye de meraklı olduğundan hipnozu bir çeşit "parapsikoloji uygulaması" olarak takdim etmeye çalıştı. Bu haliyle de tıp dışına fazla düştü ve kabul görmedi. Ama, her ne olursa olsun, onun bu konudaki büyük emeklerini de hatırlatmayı bir vazife sayarım.

Hipnoz, ne 1800lerde **Littre'** nin tarif ettiği gibi "parlak bir cisme bakarak elde edilen bir nevi manyetik hal", ne 1952 de **Porot'**nun dediği şekilde "natamam bir uyku" ve hatta ne de **Recep Doksat** 'ın anlattığı "pek spesifik ve labil bir uyku"dur. O halde **hipnoz nedir?...** İşte bu sualin cevabını bugün için en yetkili ve inandırıcı şekilde, konu ile yakından ilgilenen, hipnozun hem başarılı bir tatbikçisi ve hem de yazarı olarak tanıdığımız, bu kitabın müellifi **Dr. Tahir Özakkaş** sizlere verecektir.

Kendisini değerli eserinden dolayı candan tebrik eder, başarılarının devamını dilerim.

**Prof. Dr. Ayhan Songar**
**18.12.1994**

İzmir'den Prof. Dr. Cevdet Arsan,

# TAKDİM

**Doğal bir olay olan, ya da doğal olaylara dayanan hipnoz (yaklaşık onbeş yıllık adıyla "değişikliliğe uğratılmış bilinç hali"), onu tanımayanları şaşırtabilir. Tıpkı bir insanın ipte yürümesine şaşılması gibi.**

**Dr. Tahir Özakkaş bilim için çok uygun olmayan bir ortamda, dikenli-taşlı bir yolda, mükemmele**

kendisinin de söylediği gibi ulaşamasa da azimli çabalar ortaya koyuyor.

1957 denberi hipnozla ilgili çalışmalar yapan bir psikiyatri öğretim üyesi olarak beni, yazarın azmi şaşırtmaktadır.

Prof. Dr. Cevdet ARSAN
Dokuz Eylül Üniversitesi
Tıp Fakültesi
Psikiyatri A.B.D. Eski Bşk.

Erzurum'dan Prof. Dr. Üner Tan,

# TAKDİM

Sayın Dr. Tahir Özakkaş çok değerli öğrencileriminden biridir. öğrencilik yıllarından beri hipnozla çalışmaktadır.Hipnoz şarlatanlık olmayıp fizyolojik bir olay olduğundan, kendisine laboratuvarımızda çalışma olanağı sağlamıştım. Çevresel faktörler nedeni ile bunun ne kadar güç gerçekleştiğini sevgili Tahir çok iyi anımsar.

Dr. Tahir Özakkaş, bu kitabında, insanda ve hayvanda hipnoz olayını incelemiştir. Bu arada herkesin yararlanabileceği geniş kaynaklar sunmuştur. Böylece hipnoz gerçeğine bilimsel yaklaşımı kolaylaştırmıştır.

Hayvanlarında hipnoz edilebilmeleri, hipnozun ne denli bir fizyolojik olay olduğunu açıkça göstermektedir. Aslında hayvanlar her fizyolojik olayda olduğu gibi, hipnozun fizyolojisinin araştırılmasında da uygun bir model olarak kullanılabilirler. Hipnoz bir parapsikolojik olay değildir. Doğrudan doğruya fizyolojiktir. Bu nedenle Rusça fizyoloji kitaplarında yer almaktadır.

Hipnotik transa girme kolaylığı yüksek olan kişilerde göz hareketleri daha çok sola doğru olmaktadır. Bu nedenle, hipnoz sadece sağ beyin ile ilgili bir olay olarak kabul edilmiştir. Ayrıca, batılı bilim adamları, sağ beyni, doğu beyni olarak betimlemişlerdir. Çünki sağ beyin, doğulu toplumlarda iyi gelişmiş olan sezgisel bir beyindir. Bu şekilde hipnozun transendental özelliği ile doğu insanı arasında bir ilişki kurulmuştur.

Ancak, daha sonra yapılan araştırmalar, bu düşünceyi desteklememiştir. Mekansal oryantasyon ve ve müzikal bellek esnasında sağ beyindeki EEG alfa aktivitesi baskılanmaktadır. yani birinci durumda sağ beyin kullanılmakta, ikinci durumda ise sol beyin kullanılmaktadır. Hipnotik trans esnasında sadece sağ beyin değil her iki beyinde de EEG değişiklikleri gözlemlenmektedir. O halde hipnoz sadece bir beyin yarısının özelliği değildir.

Kişilerin hipnoz edilebilme derecesi ile el tercihi arasındaki ilişki de araştırılmıştır. Sağlak kişilerin yüzde ellisinin orta derecede hipnoz edilebilme özelliği gösterdiği bulunmuştur. Solakların ise ya çok zor ya da çok kolay hipnoza girebildikleri gözlenmiştir. O halde el tercihi ile hipnoz derecesi arasındaki ilişki karmaşıktır. Bunun gibi asimetrik beyin ile hipnoza girebilme kolaylığı arasındaki korelasyonda kesin sonuçlar

vermemiştir. Bu nedenlerle de bu konuların yeniden incelenmesinde yarar vardır.

Umarım, sayın Dr. Tahir Özakkaş'ın hipnoz hakkındaki değerli araştırmaları içeren bundan sonraki kitaplarında bu konular aydınlatılmış olacaktır. Kitabın adına uygun olarak, hipnoz araştırmaları, beynin integratif işlevleri hakkında bize önemli bilimsel yaklaşımlar sağlayabilecek nitelikte görünmektedir.

**10 Aralık 1994**
**Prof. Dr. Üner Tan**
**New York Bilimler Akademisi**
**Amerikan Psikofizyoloji Akademisi**
**ve Türkiye Bilimler Akademisi Üyesi**
**Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi**
**Fizyoloji Ana Bilim Dalı Başkanı**

Kayseri'den Prof. Dr. Seher Sofuoğlu,

# TAKDİM

19.Temmuz 1994

Sayın

Dr. Tahir Özakkaş,

Gerçeğin Dirilişine Kapı HİPNOZ (2. Cild) isimli eserinizi inceleme fırsatı sunduğunuz için teşekkür ederim. Bu kitapta hipnozun ne olduğu fizyolojik karşılıkları da verilerek anlatılmaktadır.

Şahsi tecrübeleriniz yanında geniş bir literatür taraması ve vaka örnekleri ile zenginleştirmiş olduğunuz bu eserin konu ile ilgilenenlere ve çeşitli tıp alanlarındaki hekimlere faydalı olacağına inanıyorum.

Eserinizden dolayı sizi tebrik eder, başarınızın devamını Allah'tan dilerim.

Saygılarımla.

Prof. Dr. Seher Sofuoğlu
Erciyes Üniversitesi
Tıp Fakültesi Psikiyatri
Ana Bilim Dalı Başkanı

# İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ ..... 9
BİRİNCİ BÖLÜM HİPNOZ HAKKINDA FİZYOLOJİK VE NEUROFİZYOLOJİK ÇALIŞMALAR ..... 15
I.BÖLÜM ..... 17
HİPNOZ HAKKINDA FİZYO LOJİK VE NEUROFİZYOLOJİK ÇALIŞMALAR ..... 17
1.HAYVAN HİPNOZU ..... 21
1.HAYVAN HİPNOZU ..... 23
A.GİRİŞ ..... 23
B. HAYVAN HİPNOZUNUN TARİHÇESİ ..... 26

C. HAYVAN HİPNOZUNU OLUŞ TURMA YÖNTEMLERİ .. 31
D. HAYVAN HİPNOZUNDAKİ TRANSIN ÖZELLİKLERİ .. 40
D. a. MUSKÜLER DURUM: .. 40
D. b. KALBİN DURUMU .. 41
D.c. SOLUNUM: .. 41
D. d. ANALJEZİ: .. 42
D. e. GENEL REAKTİVASYON: .. 43
D. f. TRANSIN DERİNLİĞİ .. 44
D. g. TRANSA YATKINLIK KABİLİYETİ: .. 44
D. h. SÜRE: .. 47
D. ı. FİLOGENETİK DAĞILIM: .. 47
E. FENOMENLERİN İZAHI .. 49
E. a. BEYİN İNHİBİSYONU VE REFLEKS CEVABI .. 49
E. b. ÖLÜM TAKLİDİ: .. 50
E. c. UYKU: .. 50
E. d. HİPNOZ: .. 50
E. f. UZAYSAL ORYANTASYON BOZUKLUĞU: .. 51
E. g. KORKU FELCİ: .. 52
F. ÖZET .. 53
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI .. 53
**2.UYKU VE HİPNOZ .. 65**
2.UYKU VE HİPNOZ .. 67
A. UYKU ESNASINDA BİLİNÇ MEKANİZMA VE AKTİVİTELERİNİ ORTAYA ÇIKARAN TEKNİKLER .. 67

**A.a.-GİRİŞ** ..... 67
**A.b.HİPNOZ VE UYKU ARASINDAKİ FENOMENOLOJİK BENZERLİKLER** ..... 68
**A. b. 1.Tarihçe** ..... 68
**A. c. UYKU - UYANIKLIK SİKLUSUNUN ÖZELLİKLERİ** ..... 71
**A. c.1- Uyanıklık Durumu (Gözler Kapalı)** .. 72
A. c .2. E E G'De Uyku Devreleri ..... 73
**A. c. 2.1. Birinci Devre :** ..... 73
**A. c. 2.2 İkinci Devre :** ..... 74
**A. c. 2.3 Üçüncü ve Dördüncü Devre** : .. 74
**A. c. 2.4 Rem Devresi:** ..... 74
**A. c. 2.5 Uykunun EEG İle Teşhis Edilmesi:** ..... 74
A. d. UYKU DEViNiMi ..... 75
A. f. HiPNOZUN GELiŞiMi: ..... 77
A. f. 1. Hipnozun Ölçümü: ..... 77
A. f. 2. Metodolojik Problemler: ..... 78
**B. UYKU VE HİPNOZ ARASINDAKİ FİZYOLOJİK BENZERLİKLER** ..... 79
B. a. Uyku ve Hipnozda E E G Faktörü ..... 79
**B. b. EEG Alfa Aktivitesi Ve Hipnoz** ..... 81
**B. b. 1. Hipnoza Yatkınlık Ve E E G Alfa Ritmi Arasındaki Bağlantı:** ..... 82
B. b. 2. Hipnoz Esnasında Alfa Ritmindeki Değişiklikler ..... 84
B. b. 3. Alfa Aktivitesi Ve Hipnoz Arasındaki İlişkinin Sonucu ..... 85
C- UYKUNUN HiPNOTiK MANi PÜLASYONU ..... 86

**C. a. HİPNOTİK RÜYALAR VE UYKU RÜYALARI** .. 87

**C. a..1. Hipnotik Olarak Oluşturulan Rüyalar.** .. 87

C. a. 2. Hipnotik Yöntemle Rüya Muhtevasının Ortaya Çıkarılması .. 88

C. a. 3. Hipnotik ve Normal Uyku Rüyalarında REM .. 90

C. b. Hipnotik Teknik Vasıtası İle Uyku Fonksiyonlarına Tesir etmek .. 91

C. c. Uyku Alışkanlıklarının Değiştirilmesinde Bir Model Olarak Hipnozun Kullanılması .. 92

C. c. 1. Uyku Esnasında Verilen Telkinlere Cevaplar .. 94

C. c. 2. Hipnoza Yatkınlık ve Uykuya Cevap .. 96

C.c. 2.1. Cevap Sıklığı .. 98

C. c. 2. .2 Verilen Cevabın Gecikme Süresi Ve Hipnoz: .. 99

C. c. 2. 3. Hipnotik Performans Tipi ve Uyku Cevabı: .. 99

C. c. 2.4. Uyku Kalıpları, Hipnoz ve Uyku Cevabı .. 99

C. c. 2. 5. Hipnoza Yatkınlık Ve Uyku Esnasında Cevap Verme Yeteneği; .. 100

D- Yukarıda Tartışılan Uyku Cevaplarının Tetkiki .. 100

E- HİPNOZ VE UYKUDA ÖĞRENME .. 101

E. a. Yöntem .. 107

E. b. Sonuçlar .. 107

F. ÖZET .. 108

BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 110

**3. YOGA VE HİPNOZ ..... 131**

**3. YOGA VE HİPNOZ** ..... 133

A. GİRİŞ ..... 133

B- YOGA VE YOGİ TERİMLERİ NİN ANLAMLARI . 134

C- HİPNOTİK VE YOGİK TRANSIN KARŞILAŞTIRILMASI ..... . 136

C. a. Hipnotik ve Yogic Transla ilgili bazı problemler ..... . 137

C.b. Kişilerin hislerine bağlı açıkla malar ..... 138

D- YOGİK VE HİPNOTİK FENOMENLER ..... 143

BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI .. ... 148

**4.HİPNOZ VE TELKİNLE OLUŞAN FİZYOLOJİK DEĞİŞİKLİKLER ..... 155**

4.HİPNOZ VE TELKİNLE OLUŞAN FİZYOLOJİK DEĞİ ŞİKLİKLER ..... . 157

A-DUYULARLA İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR ... 158

A. a. Renk Körlüğü Çalışmaları ..... 158

A. b. Total Körlük ..... 159

A. c. Görsel Uyarı Eşiği ile İlgili Çalışmalar ..... 162

A. d. Myopi ile İlgili Çalışmalar ..... 162

A. e. Vestibüler Nistagmus ile İlgili Çalışmalar . 162

A. f. Visüel Hallüsinasyonlar ..... 163

A. g. Sağırlık ile ilgili yapılan çalış malar ..... 164

A. h.Hayal Edilen Ağrı Duyusu ..... 165

B- DOĞUM VE HAMİLELİK DÖNEMİNDEKİ RAHİM KASILMALARINI OLUŞTURULMASI VE ORTADAN KALDIRILMASI İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR ..... . 166

C- DOLAŞIM SİSTEMİ ÜZERİNE YAPILAN ÇALIŞMALAR . 168
C. a. Vazomotor Fonksiyonlar Üzerine Hipnozun Etkisi . 169
C. b. Kalp Atımının Hızlandırılıp Yavaşlatılması İle İlgili Çalışmalar . 170
C.c. Kalbin Durdurulması İle İlgili Çalışmalar . 172
C. d. Elektrokardiografi Değişiklikleri İle İlgili Çalışmalar . 172
D- METABOLİK VE SİNDİRİM SİSTEMİ DEĞİŞİKLİKLERİ İLE İLGİLİ ÇALIŞMALAR . 175
D.a. Kan Glukoz Seviyesi İle İlgili Çalışmalar . 175
D.b. Mide Fonksiyonları İle İlgili Çalışmalar . 178
E- DERİNİN FONKSİYONLARI İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR . 179
E.a. Uçukla (Herpes Simpleks Bülleri) İle İlgili Yapılan Çalışmalar . 179
E. b. Herpes Virusuna Bağlı Olmayan Uçuklarla İlgili Çalışmalar . 180
E.b. Siğillerle İlgili Yapılan Çalışmalar . 181
E. c. İktiyozis İle İlgili Çalışmalar . 182
E. d. Allerjik Deri Cevapları İle İlgili Yapılan Çalışmalar . 182
E.e. Astım İle İlgili Yapılan Çalışmalar . 183
F- SEKRESYON FONKSİYONLARI İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR . 184
F.a. Salivasyon (Ağız Salgısı) İle İlgili Yapılan Çalışmalar . 184
F.b. İdrar Atılımı İle İlgili Yapılan Çalışmalar: . 185

G- SOĞUK STRESSÖRÜ İLE İLGİLİ ÇALIŞMALAR . 185
H- NARKOTİK İLAÇ BAĞIMLILIĞININ YOK EDİLMESİ VE ENGELLENMESİ İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR . 186
I- EMOSYONEL CEVAPLARLA İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR . 186
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI . 188
**II. BÖLÜM TEDAVİ AMACI İLE İLGİLİ UYGULAMALAR . 209**
**1.TEDAVİ OLARAK UYGULAMA ŞEKİLLERİ . 209**
**A.GİRİŞ . 209**
**B. UZATILMIŞ HİPNOZ SEANSLARI . 209**
**C.DİREK, İNDİREK VE POST HİPNOTİK TELKİN . 209**
**D.SEMPTOM DEĞİŞTİRME . 210**
**E.SEMPTOM BASKILAMA . 210**
**F.HİPNOANALİZ . 210**
**G.HİPNODRAMA . 210**
**H.HİPNOZUN TRAVMATİK HADİSELERİN ABREACTION' UNDA KULLANILMASI . 210**
**1.TEDAVİ OLARAK UYGULAMA ŞEKİLLERİ . 211**
**A.GİRİŞ . 211**
B. UZATILMIŞ HİPNOZ SEANSLARI: . 221
C.a. DİREK, İNDİREK VE POST HİPNOTİK TELKİN . 221
C. a. 1. Direk Telkin . 221
C. a. 2. İNDİREKT TELKİN . 226
C.a. 3. Posthipnotik Telkin . 227
D. SEMPTOM DEĞİŞTİRME . 228

E. SEMPTOM BASKILAMA ..... 233
F. HİPNOANALİZ ..... 234
**G. HİPNODRAMA** ..... 237
A. a. Hastayı ANLAMADA HİPNODRAMA'nın Kullanılması: .... 238
A. b. Hastalığı TEŞHİS'te Hipnodramanın Uygulanması: ..... 241
A. c. Hastayı TEDAVİ' de Hipnodramanın Uygulanması ..... 242
H. HİPNOZUN TRAVMATİK HADİSELERİN *ABREACTİON*' UNDA UYGULANMASI ..... 243
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 250
2. AĞRININ KONTROLÜNDE HİPNOZUN KULLANILMASI ..... 265
**2. AĞRININ KONTROLÜN DE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 267
A. HİPNOTİK AĞRI KONTROL MEKANİZMALARI . 267
A. a. Giriş ..... 267
B. HİPNOANESTEZİNİN GER ÇEKLİĞİ ..... 268
C. HİPNOTİK OLARAK MEYDANA GETİRİLEN ANALJEZİNİN YAPISI ..... 274
D. SONUÇLAR ..... 280
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 282
**3. ANESTEZİDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 285
**3. Hipnozun Anesteziolojide Kullanımı** ..... 287
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 294
**4.CERRAHİDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 305
4. CERRAHİDE HİPNOZUN KULLANIMI ..... 307
A. CERRAHİDE HİPNOZUN GENEL KULLANIMI . 307

A.a. Ameliyat Öncesi Dönemde ..... 308
A.b. Operasyon Boyunca ..... 308
A.c. Operasyon Sonrası ..... 309
B. HİPNOZUN CERRAHİDE KULLANIM ALANLARI ..... 314
B.a. Akciğer Enfeksiyonlu Cerrahi Vakaları .... 314
B.b. Cerrahi Esnasında Hareketlerin Kontrol Edilebilmesi İçin Hipnozun Uygulanması .. 316
B.c. Cerrahi Esnasında Hastanın Cevabına İhtiyaç Duyulması Halinde Hipnozun Uygulanması ..... 317
B.d. Cerrahi Esnasında E E G Kayıtları Takip Edilmek İstendiğinde Hipnozun Kullanımı . 319
B.e. Operasyon Sonrası Kontrolda Hipnozun Kullanılması ..... 323
B.f. Yanıklı Hastaların Cerrahi Tedavisinde Hipnozun Uygulanması ..... 323
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 329
**5.ONKOLOJİDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 335
**5.ONKOLOJİDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 337
*METASTATİK GÖĞÜS KANSERİ OLAN KADINLAR ÜZERİNDE YAPILMIŞ BİR HİPNOTERAPİ ÇALIŞMASI ÖZETİ* ..... 343
*A. GİRİŞ* ..... 344
*B. METODLAR* ..... 345
*B. a. Geri Plan:* ..... 345
*B.b. Çalışma Düzeni Ve Muamele* ..... 346
*B. c. Örnek* ..... 347
*C. PSİKOLOJİK OLARAK DESTEKLENEN GRUP* . 347
*D. ÖLÇÜMLER* ..... 349

*E. ANALİZLER* ..... 350
*F. SONUÇLAR* ..... 350
*G. TARTIŞMA* ..... 352
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 353
**6.PSİKOSOMATİK KARDİAK PROBLEMLİ HASTALIKLARDA HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 355
**6. PSİKOSOMATİK KARDİ AK PROBLEMLİ HASTALIKLARDA HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 357
A. PSİKOSOMATİK KARDİOVASKÜLER BOZUKLUKLAR ..... 357
B. ŞARTLANMANIN ROLÜ ..... 358
C. ESANSİYEL HİPERTANSİ YON VE HİPNOTERAPİ ..... 360
D. MİYOKARDİAL ENFARKTÜS TEN SONRA DAVRANIŞ TEDAVİSİ: ..... 361
E. HİPNO-DAVRANIŞ TEDAVİSİ ..... 363
F. ANGINA PEKTORİS DAVRA NIŞ MODİFİKASYONU: ..... 365
G.HİPNORELAKSASYON TEDAVİSİ: ..... 365
H. PSİKOJENİK KALB BOZUK LUKLARI ..... 366
I. HİPNOTİK TEKNİKLER: ..... 366
İ. ARİTMİLERDE VE KAROTİD SİNÜS SENDROMUNDA HİPNOTE RAPİ ..... 368
J. KORONER HASTALIĞI ..... 368
K. POSTMİYOKARDİAL ENFARKTÜS SENDROMU: ..... 370
L. KONJESTİF KALB YETMEZ LİĞİ ..... 372
L.a. Standardize Edilmiş İmajlar: ..... 372
M. SEKS VE POSTMİYOKARDİAL ENFARKTÜS SENDROMU ..... 372

BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 376
**7. BESLENME BOZUKLUKLARINDA HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 385
**7. BESLENME BOZUKLUKLARINDA HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 387
A. ANOREKSİA NERVOZA ..... 387
A. a. Semptomlar ..... 387
A.b. Davranış Modifikasyon Tedavisi ..... 388
A.c. Davranış Modifikasyonunun Dezavantajları ..... 390
A.d. Hipnoterapi ..... 390
A.f. Standard İmajlar ..... 390
A. g. Tartışma ..... 391
BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI ..... 392
**8. SİGARANIN TERKİNDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 395
**8. SİGARANIN TERKİNDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 397
A. SİGARA VE HİPNOZ ..... 397
B. ETKİLİ BİR TEDAVİ OLARAK HİPNOZ ..... 398
C. TEKNİK ..... 400
**C. a. Uygulama Teknik ve Telkinleri:** ..... 402
D. SONUÇLAR ..... 404
E. TİPİK VAKA HİKAYESİ ..... 406
F. ÖZET ..... 407
**BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI** ..... 408
**9. PEDİATRİDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 411
9. ÇOCUKLARDA (PEDİAT Rİ) HİPNOZUN KULLANIMI ..... 413
A. GİRİŞ ..... 413

B. TELKİNE YATKINLIK KABİLİ YETİ ..... 414
C. TEDAVİ YÖNTEMİ OLARAK HİPNOZUN UYGULANMASI ..... 416
D. ÇOCUKLARIN BAZI PROBLEM LERİNDE HİPNOZUN KULLANIL MASI ..... 416
D.a. İdrar Kaçırma (Enürezis) ..... 416
D. b. Anksiyete ..... 418
D.c. Kekemelik Ve Konuşma Bozukluğu ..... 422
D. e. Tırnak Yeme ..... 424
D. f. Parmak Emme ..... 425
D. g.Tikler ..... 427
D. h. Diş Gıcırdatması ..... 427
**BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI** .... 428
**10. NÖROLOJİDE HİPNOZUN KULLANIMI** ..... 433
10. NÖROLOJİK PROBLEM LER VE REHABİLİTASYONUNDA HİPNOZUN KULLANIL MASI ..... 435
A. GİRİŞ ..... 435
B. AYIRICI TEŞHİSTE HİPNOZUN KULLANILMASI ..... 436
C. KAYBEDİLEN FONKSİYONLARIN EN YÜKSEK KULLANIM ORANINA ERİŞİLEBİLMESİNDE HİPNOZUN KULLANIMI ..... 442
D. NÖROLOJİK KAYNAKLI AĞRILARDA HİPNOZ UYGULAN MASI ..... 447
E. NÖROLOJİK REHABİLİTASYONDA HİPNOZUN KULLANIMI ..... 450
**BU BÖLÜM İÇİN MÜRACAAT KAYNAKLARI** .... 461
**VI. SONUÇ ..... 465**

VI. SONUÇ ..... 467
VII. İNDEKS ..... 473
A -KONU ..... 473
B -YAZAR ..... 473
C -SÖZLÜK ..... 473
VII. İNDEKS ..... 475
A -KONU ..... 475
B- YAZAR ..... 487
C- SÖZLÜK ..... 503
VIII. EKLER ..... 515
VIII. EKLER ..... 517
EK ; 1 ..... 517
GÖRÜŞME VE PUANLAMA FORMU ..... 517
EK ; 2 ..... 538
BETTS ZİHİNSEL IMGELEME ANKET FORMUNUN SYDNEY MODİFİKASYONU ..... 538
EK ; 3 ..... 541
HİPNOZA CEVAP SIKLIĞI ARAŞTIRMA ANKETİ. ..... 541

# ÜÇÜNCÜ CİLT İÇİNDEKİLER

12.EMOSYONEL PROBLEMLERDE HİPNOZUN KULLANILMASI
13.KADIN DOĞUMDA HİPNOZUN KULLANILMASI
14. CİLDİYEDE HİPNOZUN KULLANILMASI
15. CİNSEL PROBLEMLERDE HİPNOZUN KULLANILMASI
16. DİŞ HEKİMLİĞİNDE HİPNOZUN KULLANILMASI
III. DİĞER ALANLARDA HİPNOZUN KULLANILMASI VE HİPNOZLA İLİŞKİLERİ
1.SİYASİ VE ASKERİ SAHADA PARA PSİKOLOJİK HARP VE HİPNOZUN KULLANIMI
2. HUKUK VE HİPNOZ
- KRİMİNOLOJİ
3. ÖĞRENME VE EĞİTİMDE HİPNOZ
4. DİN VE HİPNOZ
5. SPOR VE HİPNOZ
IV.OTOHİPNOZ

V. HİPNOZUN SINIRLARI, MAHZURLARI VE TEHLİKELERİ
VI. VAKA TAKDİMLERİ
VII. SONUÇ
VIII. İNDEKS
IX.EKLER

Erdemli insanların ve hocalarımın anısına...

## OKUYUCU İÇİN DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR

1. Birinci cildimizde yayınlamayı duyurduğumuz bazı bölümleri bu kitaba dahil edemediğimiz için özür dilerim. Tıp ötesinde hipnoz çalışmalarına değinen bir başka eserimizde bu konulara inşallah yer vereceğiz

2. Konuya yabancı olanlar için kitabın sonuna ""sözlük" konmuştur.

3. Kitabın sonuna "Yazar ve Özel İsim Endeksi" eklenerek ilgili sayfa numaraları verilmiştir.

4. Kitabın sonuna "Konu Endeksi" eklenmiş,konunun esas geçtiği yer siyah olarak belirtilmiştir.

5. Bazı resimler konularının yakınlık derecelerine göre forma aralarına yerleştirilmiştir.

6. Kitapla ilgili düşüncelerinizi ve eleştirilerinizi bize yazarsanız, daha sonraki baskılarımızda göz önünde tutulacaktır.

**Yazarın Adresi:**

**Örnek Evler Mah. Salih Avgun Paşa Cad. Menekşe Ap. Kat:6 Kayseri.**

**Tel: 0-352-2312387 0-352-2326353 0-352-3201212**

## TEŞEKKÜR

Kitaplara bir teşekkür ilave etmek yazarlar için bir teamül halini aldı. Biz de bu güzel uygulamaya iştirak ederek bu yazıyı kaleme alma ihtiyacını hissettik.

Bu kitabımızın hazırlıkları ve çalışmaları 1979 yılından beri devam etmektedir. Uzunca bir süredir devam eden bu hazırlık aşamasında bir çok arkadaşımın, ilim adamının kitabın hazırlanmasına katkıları oldu. Hafızamı zorladığımda bu katkıların her birini burada ayrı ayrı zikretmemin imkansıza yakın olduğunu farkettim.

Özellikle tıp tahsilim esnasında stajer arkadaşlarımın makale ve tercümeleri ile gösterdikleri katkıları güzel ve tatlı bir hatıra olarak hafızamda saklıyorum. Hastahane koridorlarında benimle

karşılaşmaktan çekinen ve eline tutuşturulacak bir hipnoz makalesinin tercüme külfetinden kaçmak için espri mahiyetinde koridor değiştiren veya ilk gördüğü kapıdan içeri dalan kıymetli arkadaşlarımın silüetleri ve tatlı davranışları gözümün önünde canlanıyor.

Klasörler dolusu tercümeyi yapıp, arşivime kazandıran meslekdaşlarıma ve bugünün değerli bilim adamlarına ne kadar teşekkür etsem azdır. Notlarımı karıştırdığımda; her biri bir bilm dalında kıymetli öğretim üyesi olmuş bu arkadaşlarımın yanında Allah'ın rahmetine kavuşmuş Operatör Dr. Osman Temiz kardeşimin el yazısı tercüme notlarını da görünce çok hüzünlendim.İsmini ve emeklerini zikretmeden geçemedim.

Bu kitabımızın hazırlık malzemesini oluşturan tercüme çalışmaları yanında literatür temini ve makalelerin yurda getirilmesi konusunda bana yol gösteren, talebelik yıllarının dar imkanları içinde uluslararası çeşitli üniversiteler ile yazışarak ücretsiz literatür temin eden, Erciyes Üniversitesi Merkez kütüphanesi müdürü Mustafa Bayrak beyi hatırlamadan geçemeyeceğim.Kendisine sosuz teşekkürlerimi bildiririm.

Çalışmalarımızı çoğu kişinin istihza ile karşıladığı dönemlerde, yoğun ilgi ve desteğini her zaman bana yönelten ve yüreklendiren Dr. Ahmet Tevfik Ozan beye de şükranlarımı arzederim.

Kitabımızın ilk ham halini yıllar önce gören ve bu konu ile ilgili olarak bize yeni ufuklar açan rahmetli hocamız Prof. Dr. Recep Doksat beyi de burada anarak rahmetler dilerim.

Kitabımızın kaynaklarına erişim konusunda Münih Üniversitesi Merkez kütüphanesini tarayarak, kütüphanede bulunan hipnoz ile alakalı tüm eserlerin fotokopilerini çektirip koliler halinde bana gönderen çok değerli kardeşim Yüksek Uçak Mühendisi Yalçın Yağmur beye de şükranlarımı arz ederim.

Kitabımız neşredilmeden hemen önce AB.D. 'den getirdiği son hipnoz literatürü ve notları ile kaynaklarımızı zenginleştiren sosyolog Cüneyt Birkök kardeşime de şükranlarimi arz ederim.

Kitaplarımızın baskısında, ciltlenmesinde ve takibinde yakın destek ve ilgisini aldığım Prestij matbaacılıktan; Hasip, Ahmet, Fevzi ve Bekir beylere de şükranlarımı arz ederim.

Kitaplarımızın dağıtım görevinde maddi ve manevi desteklerini fedakarca devam ettiren Nobel Tıp Kitabevleri sahibi Rıfkı Biroğlu beye de teşekkürlerimi bildirmek isterim.

Muhabbetlerimle...

30.05.1994
İncesu/KAYSERİ

# ÖNSÖZ

On yıllık bir gecikme de olsa; nihayet bu kitabımızı da neşretme imkanını bulduk Yıllardır okuyucularımın bitmek tükenmek bilmeyen mektupları, telefonları ve bizzat görüşme talepleri ikinci cildimizin ne zaman yayınlanacağı ile yakından ilgili idi. Bu yoğun ilgi bizi bir taraftan sevince boğarken, diğer yandan taleplere makul bir süre içinde cevap verememiz bizi bugüne kadar oldukça üzdü. Ancak hayatımızdaki gelişen yeni çizgiler ve yeni dönemler bu eserin bugüne kadar gecikmesine neden oldu.

Bir çok araştırmacı ve yazarda da gördüğüm gibi; mükemmeli yakalamak arzusu, eldeki çalışmaları yayınlamanın engeli olmaktadır.Ancak geçen aylar ve yıllara bakıldığında idealde arzu edilen mükemmelin hiç bir zaman yakalanamayacağını bize gösterdi. Biz de daha iyi, daha mükemmel, daha bilimsel ve daha az eleştiriye uğrayacak bir eseri neşretmek istedik. Ancak geriye dönüp baktığımızda on yıl gibi oldukça uzun bir sürenin geçtiğini farkettik. Sonuçta bu eserin eksiklikleri, fazlalıkları ve yanlışlıkları ile eleştiriye açık bir şekilde yayınlamaya karar verdik.

Yılların uzayıp gitmesine, eserimizi bir türlü neşretme imkanının bulunamamasının nedeni olarak ta bir çok bahaneye sığındık.Mecburi hizmet yükümlülüğü, serbest muayene hekimliği, askerlik, evlilik, ihtisas v.b. bu bahanelerden bir kaçı oldu.

Daha önceki çalışmalarımızı takip eden okuyucularımız bileceklerdir ki; 1993 yılı bizim için bir atılım yılı oldu. Uzun yıllardır üzerinde titizlikle durduğumuz çalışmaları 1993 yılında tek tek neşretme ve değerlendirme imkanlarını bulduk. Bu çerçevede Hipnoz 1. cild kitabımızın 3. baskısını yaptık. Daha sonra "Allerji ve Deri Hastalıklarında Hipnoterapi", "Hipnotik Yaş Gerilemesi" "Röportajlar" kitaplarımızı yayınladık.Ayrıca aynı yıl içinde bir çok röportaj, mülakat ve konferanslara iştirak ettik.

1993 yılında hızlanan çalışmalarımız 1994 yılında da aynı hızla sürmeye devam etti. Bu yıl ilk çalışmam "Dünyada Hipnoz" isimli kitabımızı neşretmek oldu. 1982-1993 yılları arasında dünyada yapılmış tüm hipnoz çalışmalarını bu kitabımıza aldık. İngilizce makale özetleri şeklinde hazırladığımız bu kitabımızı üniversitemize ve araştırmacılarımıza armağan ettik.

1994 yılının bizim için en önemli hadiselerinden biri de; İstanbul da yaptığımız klinik ve deneysel hipnoz çalışmalarıdır.İstanbulda Hekimler Birliği Vakfı İstanbul Şubesinin desteği ile Tıbbi Hipnoz Merkezi'nin kuruluşunu sağladık. Ülkemizde eksikliği hissedilen bu merkez Türkiyemizin güzide bilim adamları ve araştırıcıları tarafından kuruldu. Çalışmalarını Akdeniz Tıp Merkezinde yürüttüğümüz bu faaliyetlerin alanı hem klinik, hem de deneysel olarak belirlendi. Klinik çalışmalar tarafımdan yürütülerek, uygun hastalar üzerinde hipnoterapi uygulamalarına ülkemizde ilk defa bilimsel bir yaklaşım getirildi. Uluslararası bilim kuralları çerçevesinde "Alternatif Psikoterapi" yöntemi olarak hipnozu uyguladık. Bu çalışmalarımızın sonuçlarını da inşallah en kısa süre içinde yayınlamayı düşünüyoruz.

1994 yılındaki faaliyetlerimiz klinik uygulama çalışmaları yanında, konferans, seminer, televizyon ve radyo proğramları çerçevesinde geniş bir şekilde sürmektedir. Tüm bu yoğun

gayretlerimiz arasında elinizdeki eserin son düzenlemelerini yapmayı da ihmal etmedik. Özellikle hekim arkadaşlarımızın hipnoterapi uygulamalarında ve fizyolojik araştırmalarında hazır bir kaynak ve başvuru kitabı niteliğini korumaya çalıştık. Ancak tıbbi ve teknik terimlerden mümkün olduğu kadar uzaklaşmaya gayret gösterdik.

Elinizdeki son iki eser temelde üç bölüm üzerine bina edildi. Birinci bölüm hipnoz ile ilgili yapılan fizyolojik ve neurofizyolojik çalışmaları ihtiva etmektedir. İkinci bölümde hipnozun tıpta bir tedavi yöntemi olarak uygulanmasını inceledik. Üçüncü bölümde de hipnozun tıp ötesinde uygulanması ve hipnoz ile ilgili diğer konulara değindik.

Çalışmamızı hazırlarken 1993 sonuna kadar elimize ulaşan tüm dünya literatürünü yakından takip etmeyi ve mümkün olduğu kadar az hata yapmayı amaçladık. Dünyaca ünlü hipnoz araştırma merkezlerinde yayınlanan makaleleri, bizzat yazarlarından "reprint" isteyerek elde ettik. Ulaşamadığımız makale ve yazarların özet bilgilerini de, uluslararası bilgi bankalarından ve iletişim kanallarından temin etmeye gayret ettik. Kanatimize göre dünyada yapılan tüm çalışmaların %80'ine yakın bir kısmına bu çerçevede ulaşmamız mümkün oldu.

Birinci bölümde yer alan fizyolojik ve neurofizyolojik çalışmalarda uyku ve EEG çalışmalarına özel ilgimiz nedeni ile biraz ağırlık verdik. Bu bölümde ayrıca Hayvan hipnozu ve Yoga'ların çalışmalarına değindik.

İkinci bölümü hazırlarken hipnoz literatüründe klasikleşmiş eserleri temel başvuru kitabımız yaptık. Volberg, O'Cannel, Crasilneck, Hall, Erickson gibi meşhur müelliflerin çalışmaları her zaman elimizin altında oldu ve sık sık müracaat kaynağımız oldu. Kitabımızın en geniş kısmını bu bölüm oluşturmuştur. Bu bölümün başında hipnozun tedavideki uygulama şekillerini inceledik. Direk, indirek ve posthipnotik telkin yöntemi, semptom değiştirme, semptom baskılama ve hipnoanaliz tedavi şekilleri arasında yer aldı.

Ağrının kontrolü ve anestezide hipnozun uygulanması, Cerrahide, Onkolojide, Psikosomatik hastalıklarda, Beslenme problemlerinde,Kötü alışkanlıkların terkinde, Çocuk hastalıklarında, Nörolojide hipnozu nasıl uyguladığımız, yer yer vaka takdimleri yaparak gösterdik.Ve ikinci cildimizi burada noktaladık. Diğer konuları ayrı bir cilt halinde vermeyi uygun gördük.

Üçüncü cildimizin konularından da kısaca burada bahsetmeyi uygun görüyorum.

Üçüncü cildin en ağırlıklı konusu emosyonel problemlerde hipnozun uygulanması oldu.Nevrozlarda hipnozun uygulanması detaylı olarak işlendi. Ayrıca, Kadın doğumda, Cilt hastalıklarında ve Cinsel problemlerde hipnozun kullanım alanları ve yöntemleri gösterildi.

Kitabımızın diğer kısmında hipnozun tıp dışındaki kullanım alanlarına değindik. Bunlar arasında siyasi ve askeri saha, hukuk, eğitim.sanatsal faaliyetler, endüstri ve iş hayatı, sporda kullanım alanlarını kısaca özetledik.

Çalışmalarımızın son kısımlarında da, hipnozun mahzurları, yan etkileri, sınırları ve başarısızlıklarını aktarmaya çalıştık.

Çalışmamızın derli toplu olabilmesi için Konu ve Yazar indeksine özel bir önem vererek araştırmacıların kullanımına sunduk. insanlığın ortak ilgi alanı olması nedeni ile, her grup ve meslekten insanların kitabımızı okuyacağını ve ilgileneceğini bildiğimizden, kitabımızın sonuna teknik terimlerle ilgili bir sözlük koymayı uygun bulduk.

Bu çalışmalarımız oldukça yoğun bir gayretin sarfedilmesi ve uzun bir zaman içerisinde hazırlanabildi. Çalışmalarımızda mutlaka hatalarımız olacaktır. Ancak böyle bir çalışmanın eksikliğini yıllardır hissettiğimiz için bu haliyle yayınlamayı uygun gördük. Hatalarımız ve eksikliklerimiz için şimdiden okuyucularımdan özür dilerim. Çalışmalarımızdaki eksikliklerimizi ve yanlışlıkları düzeltecek veya bize katkısı olacak araştırmacılarımızın uyarısını her zaman bekliyoruz. Bu uyarı, düzeltme ve ilaveler kitabımızın diğer baskılarında mutlaka yerini alacaktır.

İnsanı ve insanın bilinmezlik boyutlarını araştırmak isteyen, içerisindeki beni açığa çıkarıp gerçeğe ulaşmak isteyen her okuyucuma yeni ufuklar ve yeni bakış açıları kazandırdığımı zannediyorum. Okuyucularımın kendilerini anlama konusunda bir nebze de olsa yararlı olabileceksem bana ne mutlu.

Bu çalışmalarımızı görüpte, içlerinde bir araştırma kıvılcımı tutuşan genç kardeşlerime yeni ufuklar gösterebildim ise, bu benim en büyük mükafatım ollacaktır. Gönlümüzden geçen en büyük arzununda, bu konunun üniversitelerimizde kurulacak hipnoz ve hipnoterapi kürsülerince incelemesini sağlamak ve buna bir basamak olma arzusu olduğunu da itiraf etmek isterim.

Sözün kısası hipnoz, bir metoddur. Bir araştırma ve inceleme metodudur.İnsan gibi bilinmezlik boyutları namütenahi olan bir varlığı, hipnoz gibi güçlü bir projektörle incelemek ve anlamaya çalışmak her araştırıcıya kısmet olacak bir uygulama değildir. İnsan ve insan ötesini araştırmak isteyenlere ilginç, esrarengiz bir yöntem ve sonsuz sayıda imkan sunuyoruz.

Buyrun efendim...

**Dr. Tahir Özakkaş**
**01.05.1994**
**Kayseri**

# BİRİNCİ BÖLÜM
# HİPNOZ HAKKINDA FİZYOLOJİK VE NEUROFİZYOLOJİK ÇALIŞMALAR

# I.BÖLÜM

# HİPNOZ HAKKINDA FİZYO LOJİK VE NEUROFİZYOLOJİK ÇALIŞMALAR

Bu konuya girerken, nereden başlayacağımı bilemiyorum. Batının bilimsel çalışmalarının ulaşmış olduğu noktalar hayal sınırlarımızı bile zorluyor. Öğrencilik yıllarında batının bilimsel ve teknik gelişmeleri karşısında, ülkem adına duyduğum aşağılık kompleksini nasıl telafi edebilirim düşüncesi yıllarca beynimi kemiren bir kurtçuk gibi yaşadı. Üniversite çevresinde gördüğüm teslimiyetçi ve taklitçi bilim anlayışına karşı büyük bir tepki gösteriyordum. Ülkemin insanlarının imkanları ile beslenen bilim adamları görevlerini yerine getirmeliydi. Bu da ancak batı bilimini aşacak çalışmalar ile mümkün olabilirdi. Ancak yıllar ilerledikçe bunun imkansıza yakın olduğunu

farkettim. Bilgi birikimi ve teknik imkanlar açısından ulaşılması çok zor bir mesafe vardı. Teknik bilgi ve objektif çalışmalarda durum, bu idi.

Daha sonra kendi kendime sordum. Batı, maddenin sınırlarını keşfetmiş bir medeniyetin temsilcisi. Peki Doğu?...Doğu PSİ'in merkezi, gizemli dünyaların anahtarına sahip bir kültür birikimi. Kafamdan çıkış yolunu bulmuştum... Batının teknik bilgisi altında ezilen ruhum, kendisine bir umut kapısı bulmuştu.Bu kapı insan psikolojisi idi. Hatta insan psikolojisinin de ötesinde paranormal olaylarla ilgilenmeliydim. Nasıl olsa batı bilimi bunlardan habersizdi.Bu umut kapısını keşfettikten sonra kendimi delicesine psikolojik araştırmalara verdim.İnsan psikolojisinde bilinmeyen mekanizmaları doğu kültürü ile keşfetmeğe ve batının yüzüne vurmaya hazırlanıyordum. Ancak bu gayretler, hayal kırıklığı ile sonuçlandı. Her "EVRAKE" dediğim olayın altında batının bilim mührünü görüyordum. Bilgi ve bilim; günübirlik çalışmalarla değil; hayatlar boyu süren ciddi, titiz ve devamlılık arzeden bir sabrın ve azmin ürünüydü. Bilimin bilinmez dehlizlerinde onun kıymetli taşlarını arayan bilim adamları, birer elmas işçisi gibi çalışıyorlardı.

Paranormal olaylardan "Hipnoz" olgusunu kendime inceleme alanı seçtim. İnsan psikolojisinin bir kısmını oluşturan hipnoz ve hipnotik fenomenler yıllarca çalışma alanım oldu. Bu çalışmaları yaparken her şeye sıfırdan başlayan birisi olarak, tüm bilimsel gerçeklere deneme yanılma ve az sayıdaki kaynakla ulaşabildim. Ulaştığım sonuçlar memnunluk vericiydi, ancak yetersizdi.

Üniversite sonrası bireysel çalışmalarım devam ederken gelişen iletişim teknolojisi sayesinde, batı ile iletişim kurmak daha da kolaylaştı. Batılı hipnolog ve bilim adamları ile kurduğum yazılı temaslardan bozguna uğradım. El attığım her konu, 1940' larda batının bilim süzgecinden geçmiş, tartışılmış ve klasikleşmiş bir konu oluyordu.

Hipnoz ve hipnotik fenomenler ülkemde bilim çevrelerince henüz yadsınırken batı bilimi, yüzbinlerce denek ve deney ile olayı lif lif incelemişti. Bu durum bende hayal kırıklığı ile birlikte yeni bir güç ve azim doğurdu. Tüm bu olumsuzluklara rağmen iletişim teknolojisinin

getirdiği fırsatlardan yararlanarak, batının bilimsel gelişmelerini özümlemekde mümkündü.

Herkesin uzmanlaştığı ve ancak uzmanların konuşma hakkına sahip olduğu çağımızda; bir konuda uzmanlaşmak çok zor. Bir konuda uzman olabilmek ; o konunun tamamını özümsemek, yorumlamak ve ancak üzerine birşeyler koymakla mümkündür. Birilerinin çıkıp bu işi yapması gerekiyordu. Yirmi yıla yakın süredir yaptığım inceleme ve araştırmalar, ancak bu konunun bir kısmını özümsemeye vardı.Dünya literatürü yeni yeni gözümün önünde şekillendi. Gözümün önünde şekillenen bu literatür birikimini okumak, incelemek ve özümsemek ancak yılların sonunda mümkündü.Bu birikimi özümserken olaydan tamamen bihaber bir kitleyi de yetersiz de olsa edendiğim bilgilerden habersiz bırakamazdım. Bu nedenle bir dizi yayın yaparak evrensel hipnoz birikimini ülkeme taşıyıp, bilim çevrelerine ulaşmayı arzuladım. İnşallah bu bilgi birikimi üzerine konacak yeni taşlar, ülkem adına başımızı dik tutmamızı sağlayan övünç madalyaları olacaktır.

Konuya bu şekilde bir girizgah ile başladıktan sonra, beni hayranlık ve şaşkınlık içinde bırakan batının deneysel çalışmalarından söz etmekte yarar vardır.

Hipnoz ile ilgili labaratuvar ve deneysel çalışmalar 1930'larda başlamıştır.A.B.D., İngiltere, Almanya, Kanada ve Avusturya da başlayan bu çalışmalar, daha sonraları Rusya, Hollanda, Avusturalya, Bulgaristan, İtalya, İspanya gibi ülkeleri de içine alarak genişlemiştir.

# 1.HAYVAN HİPNOZU

## A.GİRİŞ

Konuyla ilgili olalım veya olmayalım bir çoğumuz hipnoz olayını sadece insanlara münhasır bir konu olarak kabul eder. Ancak hipnozun birde hayvanlarla ilgili tarafı vardır ki; izah edilmesi gerekir.

1. ciltte bahsettigimiz gibi; hipnoz tarihçesinde Mesmerizm bölümünde ve ondan sonra gelen İngiltere'deki hipnotizma çalışmalarında sadece insanların hipnoz edilmesi söz konusu değil; canlıların, bu canlılar içerisinde; bir çok hayvanların, bitkilerin ve hatta hatta cansızların dahi hipnotize edildiği söylenmektedir. Tabi burda ki hipnotizma kavramı ile bügünkü hipnotizma kavramı arasında büyük farklar vardır.

Her ne kadar konumuzun dışında kalmakla beraber bu iki kavramın ayrı ayrı izah edilmesi gerekir. 1.ciltte kısmen değindiğimiz üzere Mesmer ve sonrası dönemde kast edilen hipnoz olayları tamamen manyetizma ile ilgilidir ve manyetik paslar çerçevesinde yapılmaktadır.